Koktajl orzechowy

gotowaniepatki

Polecane na: **napoje, śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

5 min

łatwy

1 porcja

Składniki:

mleko orzechowe - 200 ml

banan - 1 szt.

płatki owsiane - 2 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Banana obieram. Do blendera wlewam mleko z orzechów laskowych. Następnie dodaję banana, płatki owsiane błyskawiczne oraz dwie lyzeczki jagód goji.

Całość dokładnie blenduję na gładki koktajl. Piję od razu.

Można użyć oczywiście innego mleka roślinnego np. pistacjowego czy kokosowego czy sojowego.